ВСЕ НОВОСТИ >

Романтика на фоне огней Новосибирска: как в феврале поужинать на крыше и провести ночь в пятизвездочном отеле

Как успеть сэкономить при строительстве дома: почему нужно готовиться уже сейчас

Среда для семейной жизни: трешки от 5,6 млн рублей продают в новом экоквартале

В Сибири подросток пришел в школу с оружием и приказал классу встать на колени — СК возбудили уголовное дело

Около 300 домов в Новосибирске останутся без тепла 8 февраля — в чем причина отключений?

В Новосибирске назначили нового заместителя министра культуры. Ранее он работал в библиотеке

Многодетного отца из Сибири подозревают в изнасиловании трех дочерей: что известно на данный момент

В Новосибирске арестовали 15-летнего парня, который с другом жестоко избил ровесника

Что за Такер?! Путин впервые за два года дал интервью журналисту из США — кто такой этот Карлсон

Драка в центре Новосибирска закончилась стрельбой — конфликт попал на видео

Гендиректора ЖК «Покровский» отправили под домашний арест — его обвиняют в особо крупном мошенничестве

Оправданный банкир добился многомиллионной компенсации за уголовное дело: сколько суд взыскал с Минфина

Застройщик из Москвы купил за 1,3 миллиарда рублей землю на Первомайке — лесной массив могут застроить жильем

Сибиряк пропал в новогоднюю ночь: он ушел из гостиницы в неизвестном направлении

«Мы уже на грани»: мать и сын захламили новосибирскую квартиру - видео из жилья, которое доводит соседей

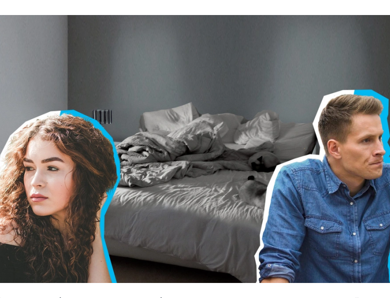
ОН И ОНА СУББОТНИЙ РАЗГОВОР «ОБ ЭТОМ» ПОДРОБНОСТИ

Его больше нет: история пары, которая 3 года живет без секса, — эксперты советуют не приставать и заглянуть в кошелек

Оказалось, для страстных ночей важно — кто обеспечивает семью. А еще не слишком ли много «гормона верности»

4 апреля 2020, 10:00 214 155

263 КОММЕНТАРИЯ



Партнерство в браке, за которое давно боролись женщины, может давать неожиданный побочный эффект

Фото: Юрий Орлов / Сеть городских порталов ПОДЕЛИТЬСЯ

Так бывает, что в благополучных на вид парах пропадает интимная жизнь. Сначала ее становится незначительно меньше, потом все чаще лень или «дождемся выходных». А потом вы с ужасом понимаете, что уже несколько месяцев не хотите и не делаете ничего с этим. Здесь нельзя дать универсальный рецепт — повернитесь три раза на месте и наденьте костюм медсестры (кстати — не надо так), но можно попробовать приложить советы экспертов в этой области к больному месту. Корреспондент записала историю пары, которая несколько лет живет без секса, и спросила у экспертов, почему бывает так, что любовь есть, а секса нет.

Оксана (29) и Алексей (35) вместе 5 лет. Серьезных размолвок за это время в паре было всего несколько. Они оба работают и почти поровну вкладываются в семейный бюджет, недавно у пары родился ребенок.

— До рождения дочери секс был эпизодическим и не феерическим. Но нормальным, — я считала, любовь есть и это главное. Доверие там, взаимопонимание. Во время беременности он прекратился как вид деятельности вообще, — сокрушается она.

Оксана списывала это на набор веса и психологический фактор, что ребенок внутри (такое действительно присутствует у мужчин). Но дочь родилась, тело и фигура восстановились, но секс стал для обоих не интересен. Так прошло 2 года.

— Еще был большой стресс, муж потерял крупную сумму денег. Я списываю на это. Но теперь непонятно, что дальше делать, — говорит молодая мама.

Несколько раз женщина сама пыталась инициировать близость, супруг отвечал вялым согласием, по словам Оксаны — это было хуже, чем вообще ничего.

— Я вижу, как он остывает ко мне больше и больше, когда женщина, которую ты не очень хочешь, лезет к тебе с ласками и тебе придется переступать через себя. От этого еще больше нарастает отвращение. Разговорами тут тоже не поможешь. Конечно, на словах он скажет, что это всё от глупости или он хочет, просто устал, но зачем спрашивать, чтобы заведомо слушать вранье, — говорит она. Сейчас пара думает о разводе.

Оксана считает, что проблема их пары в том, что они все обязанности делят пополам. Уход за ребенком, быт, зарабатывание денег, все поровну. Режим «равноправные партнеры», которого так долго добивались женщины, сделал бытовую жизнь легче, а сексуальную сложнее. Эксперты частично согласны с ней.

«Если бы я страдала, то тоже бы всех бесило»: как сейчас живет Маргарита Грачева, которой муж отрубил руки

Путешественники из Сибири отправились в новый этап кругосветки: их прошлое судно уничтожили акулы

«Голова размозжена, родителей нет»: подробности трагедии на Широкой, где по очереди нашли труп взрослого и ребенка

Новосибирец пытался провезти контрабанду из Дубая — что было в его багаже

Называли гномом, дразнили, тыкали пальцем: история мужчины, который в 36 лет выглядит на 12

Порывы ветра до 22 м/с: синоптики предупредили об ухудшении погоды в Новосибирске

«Что там ищут?»: на левом берегу в одном месте несколько раз за год раскапывали грунт — что говорят в СГК

Россиянин, учившийся в Англии семь лет, честно рассказал о школьных порядках, наказаниях и разнице менталитетов

Якутский предприниматель открывает в центре грузинский ресторан: официантам обещают до 150 тысяч в месяц

Они считают, что как раз откровенный разговор и может спасти ситуацию — только не сразу после секса и не перед — если он еще есть. Как вариант для этой пары — женщина тоже не хочет секса с партнером, но думает, что хочет — потому что для нее близость — свидетельство доверия и соблюдение правил супружеского договора.

— В большинстве случаев когда мужчина отказывается от секса — женщина начинает просить его. Не потому, что она хочет секса, а потому, что она боится, что он уйдет. И он это бессознательно чувствует. Мужчине же больше интересен не сам секс — а игра в него. А для женщины важно доверие, и тогда она получает удовольствие, — считает сексолог Кристина Неделяева.

Редакция попросила экспертов разобрать самые частые случаи, почему секс в паре может закончиться неожиданно или вполне ожидаемо.

Его больше нет с нами

Психолог-сексолог Алена Сарапова отмечает, что желание часто пропадает из-за проблем во взаимоотношениях между супругами. Здесь стоит понимать, в каком периоде цикла находится пара:

— Первые 2 года совместной жизни, фаза без детей, рождение ребёнка, фаза стабилизации или зрелый брак, дети покинули дом, фаза «пустого гнезда», — перечисляет эксперт.

Например для фазы «рождение ребенка» характерна такая ситуация:

— У пары появился ребёнок, молодая мама, поглощенная своим природным инстинктом, вся в заботе о новорожденном. Центральным звеном семейной ячейки становится ребёнок, а не чувства мужчины и женщины. Элементарное отсутствие времени на сон, еду, неудовлетворённость своим внешним видом, послеродовой стресс, а мужчина-то ждал, что всё будет как раньше. Мужчина продолжает жить как раньше — разделять чувства и переживания способны далеко не все. Секс в такой паре уходит на 10-й план, — делится опытом Алена.

Вдохновляется заводом. Удивительная история сибиряка, который переехал в Кстово и без образования стал популярным художником

Прокуратура проверяет скандальный Nebar в Новосибирске — откровенные видео оттуда расходятся по соцсетям

Журналистка провела пять дней в женском монастыре. Что из этого получилось: личный рассказ

Мэрия предложила проголосовать за название сквера у цирка — какой вариант дала епархия

Сибиряку не понравился спарринг-партнер его сына: он зашел в зал и пнул парня — видео

«В буквальном смысле промыли мозг»: у 5-летней девочки в голове нашли огромную кисту с червем — видео операции без скальпеля

«Спустя несколько часов в том же месте»: очевидцы заявили, что на Широкой нашли тело ребенка — там же погиб мужчина

Новосибирцы в среднем держат на вкладах 291 тысячу рублей — это почти в пять раз меньше, чем в Москве

Еще более пальмового масла? Как повышение цен на какао скажется на качестве и стоимости шоколада — отвечают эксперты

Суд обязал новосибирских приставов вернуть 26 миллионов: их сотрудница списала деньги с компании за несуществующие долги

«Это море у нас круглый год». Почему краснодарцы называют поселок Российский «гетто». Фоторепортаж

«Подросток скинул мужчину с лестницы»: на видео попал конфликт в переходе станции метро «Заельцовская»

В Новосибирске потратят полмиллиарда на пристройку к Экономическому лицею на Крылова

Дом коммуны, культуры и разрухи: в Новосибирске снесят ДК им. Клары Цеткин — чем он прославился и что будет на его месте

Не просто влюбленные: новосибирский ЗАГС назвал число свадеб, назначенных на День святого Валентина

ВСЕ НОВОСТИ

Переживали такой кризис?

Да, родился ребенок, и секс всё

Наоборот, после рождения малого стало еще лучше

И до рождения было так себе. Редко и не метко

Все ровно, как было — это не повлияло

Нет детей, хочу посмотреть результат

Отвечу в комментариях

По мнению эксперта, на либидо также может влиять материальный фактор, а именно — кто содержит семью.

> **«Когда женщина не чувствует мужчину опорой, она не захочет на него положиться, а значит и отдаться»**
>
> Алена Сарапова

Кроме кризиса взаимоотношений следует учесть возможные различия в половой конституции партнеров. Если кратко: мужчина с сильной половой конституцией хочет каждый день, а женщине достаточно раз в неделю, или наоборот.

Часто бывает так, что один партнер, заметив охлаждение в свою сторону, старается инициировать близость чаще. По мнению экспертов — это не выход и может только навредить отношениям.

Хочу, но не тебя

Специально для НГС психолог-сексолог Алена Сарапова расписала, как выглядит механизм измены изнутри. Теперь можно не думать, что партнер пренебрегает вами ради другой (другого). Скорее всего, он не виноват.

— Когда человек влюбляется и возникает влечение — повышается уровень секреции нейромедиаторов (например, дофамина и фенилэтиламина). Но чтобы поддерживать влюбленность, нужно поддерживать уровень фенилэтиламина, — говорит Алена.

> **«Так любовь становится человеческой потребностью, как зависимость от химических веществ амфетаминного ряда»**

— У организма есть свои защитные механизмы, в режиме влюблённости происходит истощение, противостоять этому выходят эндорфины, которые обладают успокоительным действием. Окситоцин — «гормон верности» — вырабатывается с прикосновениями, даёт чувство стабильности и защищенности. И всё это прекрасно, пока его не становится слишком много и начинается скука, пропадает сексуальное влечение — отсюда проблемы с эрекцией, — говорит Алена. — И тут возникает потребность в фенилэтиламине, а значит — измене.

Где я свернул не туда

По мнению экспертов, главная ошибка в паре, где пропал секс, — это отсутствие откровенного разговора. А еще разговоры о сексе должны возбуждать сами по себе, но тут тоже можно допустить несколько промахов.

Проще перечислить большинство существующих «нельзя», о которых важно помнить, считает врач-сексолог, психотерапевт, эксперт сети магазинов взрослых желаний «Казанова» Татьяна Чернякова.

Итак, категорически нельзя:

- устраивать разбор полётов — обсуждать секс сразу после близости;
- давать друг другу оценочные характеристики, типа: «Сегодня ты был гораздо лучше, чем в прошлый вторник»;
- сравнивать друг друга с предыдущими партнёрами. Недавно мы уже рассказывали, почему вспоминать бывшего во время секса с новым мужчиной — это нормально. Но только не вслух;
- настаивать на определённых ласках и требовать расширения сексуального диапазона своего партнёра;
- имитировать оргазм, какими бы благими не были при этом намерения. Потому что потом эту ситуацию невозможно исправить (настоящий оргазм будет выглядеть по-другому, и это заставит партнёра не доверять женщине).

Бывали такие промахи в вашей жизни?

У-у-у-упс. А что, нельзя было?

Тут дураку понятно, что это под запретом

Был последний пункт. Чтобы хорошего человека не обидеть

Подробнее отвечу в комментариях

Что еще почитать про самое сокровенное

Парфюмер из Новосибирска создала духи с запахом секса — свой бизнес она начала с чемодана.

«Обиженные мальчики, которых никто не хочет»: сибирячка — о злобных комментариях под фотографиями женщин.

Искала любовь, а попала на порносайты: история сибирячки, которая стала жертвой обаятельного музыканта.

ПО ТЕМЕ

Психолог назвала 9 признаков совместимости сексуальных партнеров
21 марта 2020, 16:14

«А вдруг сама спровоцировала?»: почему молчат жертвы сексуального насилия
20 января 2020, 22:00

Вы очкист или сексот? Попробуйте угадать значение слов из Советского Союза
25 ноября 2019, 09:00

Мария Миронова
корреспондент

Браки и разводы Либидо Секс

28 20 2 6 12

КОММЕНТАРИИ 263 >

ЧИТАТЬ ВСЕ КОММЕНТАРИИ

Написать комментарий...

Гость
Войти

Отправить

СМИ2

В Британии рассказали, как будут проходить похороны короля Карла III

43 года назад произошла самая засекреченная авиакатастрофа в...

Танки, ракеты, мины: американцы признали, что русских им не победить